



**Rīgas pilsētas pašvaldības līdzfinansētie projekti,  
kas piedāvā brīvā laika aktivitātes bērniem un jauniešiem bez maksas  
2022. gada vasarā**

**Saturs**

|  |    |
|--|----|
| 1. Fiziskās aktivitātes, kas neprasa mērķtiecīgu, ilglaicīgu iepriekšējo sagatavotību attiecīgajā sporta veidā ..... | 2  |
| 2. Radošās darbnīcas un ielu kultūras minifestivāli .....  | 8  |
| 3. Izglītojošas aktivitātes, kas balstās jauniešu neformālās izglītības pieejā un principos .....                    | 10 |
| 4. Aktivitātes ar āra dzīves un piedzīvojumu izglītības elementiem .....   | 13 |
| 5. Ar pilsētas izzināšanu saistītās aktivitātes .....  | 16 |
| 6. Aktivitātes, kas pozitīvi ietekmē sociālo un fizisko vidi vietējā apkaimē .....                                   | 17 |

|                        |   |   |
|------------------------|---|---|
| Simbola<br>skaidrojums |  | Projekta aktivitātes piemērotas un var pieteikties arī bērni un jaunieši no Ukrainas. |
|------------------------|---|---|

## 1. Fiziskās aktivitātes, kas neprasa mērķtiecīgu, ilglaicīgu iepriekšējo sagatavotību attiecīgajā sporta veidā

| Tehniskās jaunrades nama "Annas2" atbalsta biedrības projekts<br>"Drošais ātrritenis – 2022"    |  |   |
|--|--|---|
| Norises vieta un laiks   | Plānoto aktivitāšu apraksts  | Kontaktinformācija  |
| <p><b>Vieta un laiks:</b><br/>                     Jūnijs 30.06.<br/>                     Jūlijs 7.,14., 21., 28.07.<br/>                     Augusts 4., 11., 18.,25.08. – Mežciems (BKSB)<br/>                     17. 08. – Grīziņkalna parks<br/>                     24., 31.08 – Bieriņi (Mārupītes parks)</p> | <p>Brīvā laika sportiskās aktivitātes ar velosacensību elementiem iepriekš īpaši netrenētiem bērniem un jauniešiem (5-25 g.v.), kas gan praktiski veido to dalībniekiem drošas braukšanas iemaņas, gan sniedz teorētiskas zināšanas par velodrošību. Centīgākie dalībnieki iegūst diplomus un nelielas atbalstītāju balviņas. Ģimeņu sporta aktivitāšu veicināšanai paredzēta velostafete (ar vecāku piedalīšanos).</p> <p>Veloaktivitātes paredzētas Biķernieku trasē un Bieriņos.<br/>                     Projekts tiek veidots sadarbībā ar Biķernieku komplekso sporta bāzi (BKSB), kas atļauj bez maksas izmantot BKSB trases.</p> <p>Jauno velovadītāju skolas mācības (no 10 g.v.) un CSDD eksāmena kārtošana velosipēda vadītāja apliecības iegūšanai. Nodarbības notiek latviešu valodā. Obligāta iepriekšēja pieteikšanās (vietu skaits ierobežots) e-pastā <a href="mailto:ritenvasara@inbox.lv">ritenvasara@inbox.lv</a>.</p> | <p><b>Projekta vadītājs:</b><br/>                     Aleksandrs Briedis<br/>                     (tālr.29511925;<br/> <a href="mailto:skijorings-riga@inbox.lv">skijorings-riga@inbox.lv</a>)</p> <p><b>Papildu informācija:</b><br/>                     Nepieciešams iepriekšējs pieteikums, tuvāka info 26280340 vai <a href="mailto:ritenvasara@inbox.lv">ritenvasara@inbox.lv</a><br/>                     Ķivere obligāta!</p> |

**Biedrības “Mārtiņa Pļaviņa sporta klubs” projekts  
“Vasaras bezmaksas treniņi jauniešiem pludmales volejbolā”**




| Norises vieta un laiks   | Plānoto aktivitāšu apraksts  | Kontaktinformācija   |
|--|--|--|
| <p><b>Vieta:</b><br/>SIA “O-SANDS” āra pludmales volejbola laukumi Skanstes ielā 2B</p> <p><b>Laiks:</b><br/>No 15.06. līdz 31.08.</p> | <p>Vasaras bezmaksas treniņi jauniešiem pludmales volejbolā piedāvā bērniem no 9 līdz 18 gadu vecumam visas vasaras garumā trenēties pludmales volejbolu pie profesionāliem treneriem bez maksas. Vasaras treniņu programma tiks veidota tā, lai jebkurš jauniešs bez priekšzināšanām spētu apgūt pludmales volejbola pamatus, kā arī jaunieši, kuri jau ir trenējušies volejbolā, turpinātu attīstīt un uzlabot savas prasmes un iemaņas. Sabalansēta treniņu programma iekļauj gan treniņus pludmales volejbolā, gan vieglatlētikā, kas veicinās jauniešu vispārējo fizisko sagatavotību. Treniņi notiek SIA ‘O-SANDS’ āra pludmales volejbola laukumos, Skanstes ielā 2B, Rīgā.</p> <p>Vasaras bezmaksas treniņi jauniešiem pludmales volejbolā ir lielisks veids kā jauniešiem aktīvi un veselīgi pavadīt vasaru svaigā gaisā, apgūstot pludmales volejbola spēli.</p> | <p><b>Projekta vadītājs:</b><br/>Atvars Vilde<br/>(tāl. 25150607;<br/>info@o-sands.lv)</p> <p><b>Papildu informācija:</b><br/>www.<a href="http://osandsriga.lv">osandsriga.lv</a></p> |

**Biedrības “Sporta Klubs “Amber”” projekts  
“Nāc sportot”**




| Norises vieta un laiks  | Plānoto aktivitāšu apraksts  | Kontaktinformācija   |
|---|--|--|
| <p><b>Vieta:</b><br/>Rīgas 25.vidusskolas sporta laukums, Rušonu 6</p> <p><b>Laiks:</b><br/>17.07.; 24.07.; 31.07.20; 07.08.; 14.08.; 21.08.;</p> | <p>Projekta ietvaros paredzētas florbola vingrinājumi, sacensības un dažādas citas fiziskās aktivitātes, kas neprasa mērķtiecīgu, ilglaicīgu iepriekšēju sagatavotību.</p> | <p><b>Projekta vadītājs:</b><br/>Aleksandrs Štekeļs<br/>(tāl. 20210248;<br/><a href="mailto:aleksandrs.stekels@inbox.lv">aleksandrs.stekels@inbox.lv</a><br/>)</p> <p><b>Papildu informācija:</b><br/><a href="http://www.sportaskolastars.lv">www.sportaskolastars.lv</a></p> |

**Biedrības "Latvijas Raundnetā Federācija" projekts  
"Raundnetā atklāto treniņu cikls "Nāc un izmēģini Raundnetu""**



| Norises vieta un laiks  | Plānoto aktivitāšu apraksts  | Kontaktinformācija  |
|---|--|---|
| <p><b>Vieta*</b><br/>Uzvaras Parks vai Ziedoņdārzs, vai Lucavsala</p> <p><b>Laiks*</b><br/>Atklāto treniņu cikla no 15.06. līdz 31.08.<br/>Atklātie treniņi plānoti divreiz nedēļā:<br/>trešdienās (18:00-20:00),<br/>sestdienās (18:00-20:00)</p> <p>*Vieta, laiks tiek precizēti Latvijas Raundnetā Federācijas Facebook kontā<br/><a href="http://www.facebook.com/LatvijasRaundnetāFederācija/events">www.facebook.com/LatvijasRaundnetāFederācija/events</a> pirms plānotās aktivitātes, ņemot vērā laika apstākļus.</p> | <p>Aktivitātes jauniešiem no 13 līdz 25 gadiem, kas ir ieinteresēti izmēģināt savus spēkus Raundnetā spēlē. Dalībniekus sagaida dažādi pamatelementu vingrinājumi, spēles noteikumu izprašana, treniņ-turnīri, taktikas analīze un lieliski pavadīts laiks.</p> <p>Kopā paredzēti 22 atklātie treniņi (aktivitātes), katrs aptuveni 2 stundu garumā.</p> <p>Aktivitāšu laikā iespējamā saziņas valoda - latviešu, angļu, krievu.</p> | <p><b>Projekta vadītājs:</b><br/>Jānis Reinis Beikmanis<br/>(tāl. 27448334;<br/><a href="mailto:info@roundnet.lv">info@roundnet.lv</a>)</p> |

**Biedrības "Dejo deju" projekts  
"Dejas valoda"**



| Norises vieta un laiks  | Plānoto aktivitāšu apraksts   | Kontaktinformācija   |
|---|---|--|
| <p><b>Vieta:</b> Deju studija "ELMIRA", Strēlnieku iela 15</p> <p><b>Laiks:</b><br/>Jūnijā: 28.06.<br/>Jūlijā: 01.07.; 05.07.; 08.07.; 12.07.; 15.07.; 19.07.; 22.07.; 26.07.; 29.07.<br/>Augustā: 02.08.; 05.08.; 09.08.; 12.08.</p> | <p>Deju nodarbība bērniem no 6 līdz 10 gadiem. 60 minūtēs bērniem būs nodrošināta iesildīšanās, viegli pamatsoļi, stiepšanas vingrinājumi, spēles un protam dažādu stilu dejas: «Merengue», «Flamenko», «Īru deja», «Salsa», «Hip-hop» u.c.</p> | <p><b>Projekta vadītājs:</b><br/>Jeļena Šilenkova (tāl. 283203338,<br/><a href="mailto:dejodeju@gmail.com">dejodeju@gmail.com</a>)</p> <p><b>Papildu informācija:</b><br/><a href="http://www.facebook.com/dejodeju">www.facebook.com/dejodeju</a></p> |

**Biedrības “Mini-pitch” projekts  
“Ģimenes spēles”**



| Norises vieta un laiks   | Plānoto aktivitāšu apraksts   | Kontaktinformācija   |
|--|---|--|
| <p><b>Vieta:</b><br/>Playoff Arena, Kauguru iela 6</p> <p><b>Laiks:</b><br/>14.08., 21.08., 28.08.</p> | <p>Tik piedāvātas 3 aktivitāšu dienas (dalība pēc izvēles):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· pasākums - 14. augustā ģimenēm ar bērniem un jauniešiem būs iespēja piedalīties piecās spēlēs, kas kopā prasa ~50 minūtes: futbolšautriņas, futbolgolfs, novuss, futbolboulings, piramīdas.</li> <li>· pasākums – 14. augustā viktorīna ģimenēm. Uz televizora ekrāna tiks atspoguļoti jautājumi dažādos formātos (audio, video, teksts, zīmējums) un doti vairāki atbilžu varianti <a href="http://www.viktorina.lv">www.viktorina.lv</a>.</li> <li>· pasākums – 21. augustā ģimenēm ar bērniem un jauniešiem būs iespēja piedalīties piecās spēlēs, kas kopā prasa ~50 minūtes: žonglieris, futbolbiljards, galda futbols, galda hokejs, klask spēle.</li> </ul> <p>Apmeklētāji papildus varēs bez maksas izmantot arī Playoff Arena esošās galda spēles un vienu futbola laukumu. Pasākumiem nav sacensību raksturs. Pasākumi ir bezmaksas.</p> | <p><b>Projekta vadītājs:</b><br/>Kristofers Ritovs (tāl. 22553331, <a href="mailto:info@playoff.lv">info@playoff.lv</a>)</p> <p><b>Papildu informācija:</b><br/><a href="http://www.minipitch.lv">www.minipitch.lv</a></p> |

**Biedrības “Bērnu fitness” projekts  
“Piedzīvojumā seriāls”**




| Norises vieta un laiks  | Plānoto aktivitāšu apraksts  | Kontaktinformācija   |
|---|--|--|
| <p><b>Laiks un vieta:</b><br/>                     18.06. Imantas mežā - blakus Dumbrāja iela 27<br/>                     16.07. Daugavgrīvas pludmalē - Daugavgrīvas pludmalē blakus stāvvietai, Dzintara iela 60<br/>                     27.08. Lucavsalā - blakus Dumbrāja iela 27, Kurzemes rajons</p> | <p>Dalībniekus sagaida 8 km gara distance ar daudzveidīgiem šķēršļiem un uzdevumiem, kurus nepieciešams pārvarēt vai risināt gan individuāli, gan komandā. Starta punktā dalībniekiem tiks izsniegta karte ar norādījumiem.</p> <p>Aktivitātes bērniem no 7 gadu vecuma un jauniešiem līdz 18 gadiem komandās (līdz 4 cilvēki).</p> <p>Uzdevumi:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atkritumu savākšanas punkts “Neesi cūka”;</li> <li>2. Ugunsкура izveidošana, un signāl dūmu paziņošana;</li> <li>3. SOS signāls, un kompasa izmantošana mežā apstākļos;</li> <li>4. Mezglu siešanas punkts;</li> <li>5. Līdzsvara virves;</li> <li>6. Orientēšanas ar kompasu;</li> <li>7. Labirints;</li> <li>8. Telts uzcelšana;</li> <li>9. Loku izgatavošana;</li> </ol> <p>Nobeigumā visiem dalībniekiem tiek piemērotas piemiņas balvas no sponsoriem un medaļas.</p> | <p><b>Projekta vadītājs:</b><br/>                     Adiļs Maksimovs<br/>                     (tāl. 20062536,<br/>                     adiļs.maksimovs@lspa.lv)</p> |

**Biedrības “Bērnu un jauniešu centrs “Dari Vari”” projekts  
“Sadraudzības bumba 2022”**



| Norises vieta un laiks  | Plānoto aktivitāšu apraksts  | Kontaktinformācija  |
|---|--|---|
| <p><b>Vieta:</b><br/>                     “Imanta”, Imantas 7.līnija 4<br/>                     Vasaras nometne “Baltezers”<br/>                     (strukturvienība “Imanta”)<br/>                     “Vita”, Kalnciema iela 131<br/>                     “Ziemeļi”, Sudrabu Edžus iela 11a<br/>                     “Ezermala”, Ezermalas iela 36<br/>                     “Jauniešu atbalsta centrs”, Imantas 7.līnija 4<br/>                     “Apīte”, Apes iela 8<br/>                     Kā arī citviet Rīgā.</p> <p><b>Laiks:</b><br/>                     Jūnijs<br/>                     15.06.,21.06., 24.06., 30.06.<br/>                     Jūlijs<br/>                     07.07.,13.07.,21.07.,28.07.<br/>                     Augusts<br/>                     04.08., 11.08., 17.08., 18.08., 22.08.<br/>                     (Iespējamās datumu izmaiņas. Lūgums sekot <a href="http://www.darivari.lv">www.darivari.lv</a> )</p> | <p>Uz visām aktivitātēm aicināti Rīgas pilsētas jaunieši 10-21 gadi.<br/>                     Notiks futbola turnīrs “Sadraudzības bumba 2022”, pirms turnīra spēles katreiz vienā no turnīra atlasēs spēlēs tiks veiktas neformālās izglītības aktivitātes kā stafetes, zīmēšana, orientēšanās un vēl dažādas aktivitātes, kas jauniešiem ir interesantas un atšķiras no ikdienišķām sportiskām aktivitātēm, dodot iespēju jauniešiem ar dažādām prasmēm būt iesaistītiem un veicināt šādu aktivitāšu pieejamību, kā arī izglītoties un iegūt dažādas prasmes.</p> <p>Jaunieši ir aicināti būt aktīvi ne tikai savā kopienā, bet iziet no ierastā loka un doties uz Rīgas apkārtnē esošajiem pansionātiem un būt aktīviem sabiedrības locekļiem veidojot komunikāciju ar vecāka gājuma cilvēkiem, parādot kā spēlēt dažādas sporta spēles un veidojot starppaudžu dialogu. Gan sporta spēlēs, gan sadarbībā ar pansionātiem jaunieši būs aicināti iesaistīties brīvprātīgā darba aktivitātēs.</p> <p>Noslēgumā jaunieši veidos noslēguma pasākumu, kurā tiksies dažādu stafešu uzvarētāji, kā arī tiks izspēlēta futbola finālspēle starp bērnu namu komandām, kas tikušas pusfinālā, kā arī jaunieši tiks aicināti interesanti pavadīt laiku dažādās aktivitātēs, kas saistītas ar radošuma atklāšanu, kopā ar dažādiem speciālistiem.</p> <p>Laipni aicinātas ~2 Ukrainu jauniešu komandas.</p> | <p><b>Projekta vadītājs:</b><br/>                     Edgars Muktupāvels,<br/>                     (tālr.27566777,<br/> <a href="mailto:info@darivari.lv">info@darivari.lv</a>)</p> |

## 2. Radošās darbnīcas un ielu kultūras minifestivāli

| Biedrības “Vecmāmiņas.lv” projekts<br>“Ūdens rakstu radošās darbnīcas”                          |  |  |
|--|--|--|
| Norises vieta un laiks   | Plānoto aktivitāšu apraksts  | Kontaktinformācija   |
| <p>Vieta:<br/>Dažādas vietas Ziepniekkalna apkārtnē:<br/>- mākslinieku darbnīca Putnu 27,<br/>- “Valdo” biroju ēka Bauskas 58</p> <p>Laiks:<br/>22.06., 29.06., 13.07., 20.07.</p> | <p>Četras radošās darbnīcas Ziepniekkalna apkaimes bērniem un jauniešiem no 7 līdz 18 gadiem.<br/>Ebru jeb gleznošana uz ūdens. Jau atslēgas vārds “ūdens” rada asociācijas ar meditāciju, attīrīšanos un harmoniju. Tas arī ir mūsu mērķis – ar mākslas un jaunrades palīdzību atgādināt par mieru un relaksāciju mūsdienu trauksmainajā rutīnā un skolēnu vasaras brīvlaikā.</p> <p>Katrā no aktivitāšu dienām atkārtojas ebru – gleznošana uz ūdens, kurai papildus pieskaņotas ar šo mākslu saistītas citas radošās darbnīcas:<br/>svilpavnieku veidošana,<br/>svilpavnieku marmorizēšana,<br/>papīra marmorizēšanas<br/>origami meistarklases.</p> <p>Visas darbnīcas ir izglītojošas, izzinošas un dabai draudzīgas, jo savā starpā tās vieno arī dabīgu, ekoloģisku materiālu izmantošana tajās - ūdens, māls, papīrs, dabiskās krāsas. Noslēgumā mākslas darbu izstāde Valdo ofisa centrā – Ziepniekkalna apkaimē.</p> | <p><b>Projekta kontaktpersona:</b><br/>Anda Kolosova<br/>29737091,<br/>akolosova@gmail.com</p> <p><b>Papildu informācija:</b><br/><a href="http://www.ebrulatvija.lv">www.ebrulatvija.lv</a></p> |



**Biedrības “Rakstnieku muzeju biedrība Pils”projekts  
“Piedzīvosim Jāņus pilsētā!”**

| <b>Norises vieta un laiks</b>  | <b>Plānoto aktivitāšu apraksts</b>   | <b>Kontaktinformācija</b>   |
|--|--|---|
| <p><b>Vieta:</b><br/>Vērmanes parks, Kr.<br/>Barona muzejs</p> <p><b>Laiks:</b><br/>21.06.</p> | <p>Programma 1. – 9. klašu skolēniem ar ģimenēm.<br/>Jāņu simbolikas izzināšana<br/>Praktiskā nodarbība vainagu pīšanā kopā ar Rūtu Kārkliņu , Indra Augule un Kārli Baronu.<br/>Praktiski padomi. Jāņu zāļu atpazīšana.<br/>Jāņu dziesmas un rotaļas.<br/>Svētku norise - praktiska nodarbība kopā ar Andri Ērgli un Lienu Teterovsku (folkloras kopa Budēļi)<br/>Pīrāgu cepšanas praktiskā darbnīca kopā ar Daigu Gulbi.<br/>Jāņu siera siešanas praktiskā darbnīca - Dita Butule.</p> | <p><b>Projekta vadītājs:</b><br/>Dita Butule<br/>(tāl. 26552627,<br/>dita.butule@memorialiemuzeji.lv)</p> <p><b>Papildu informācija:</b><br/><a href="http://www.memorialiemuzeji.lv">www.memorialiemuzeji.lv</a></p> |

### 3. Izglītojošas aktivitātes, kas balstās jauniešu neformālās izglītības pieejā un principos

#### Nodibinājuma “Baltijas Reģionālais fonds” projekts “Labbūtība”



| Norises vieta un laiks   | Plānoto aktivitāšu apraksts   | Kontaktinformācija   |
|--|---|--|
| <p><b>Vieta:</b><br/>Jauniešu studija „BaMbuss” (Brīvības gatve 204, Rīga).<br/>Āra aktivitātes - Rīgas pilsētas administratīvā teritorija.</p> <p><b>Laiks:</b><br/>25.-31.07.<br/>08.-14.08.</p> | <p>Notiks 2 neformālās izglītības nodarbību cikli - 4 dienas ~4 h programma jauniešiem vecumā no 13 līdz 25 gadiem.</p> <p><b>Aktivitāšu cikli:</b><br/><b>25. - 31.07.2022. “Mentālā veselība”</b><br/>Profesionāls mentālās veselības speciālists sniegs zināšanas par mentālo veselību:<br/>- kas tā ir un kā tā ietekmē mūsu ikdienu,<br/>- psihoemocionālās veselības būtiskākie kritēriji,<br/>- emocijas - kur un kā tās rodas, kā tās mazināt,<br/>- pazīmes, kas liecina par mentālās veselības problēmām, kāda ir to ietekme,<br/>- stresa menedžments,<br/>- sociālās vide un mentālā veselība.</p> <p>Tiks apzināti, iepazīti un praktiski pielietoti dažādi rīki un metodes mentālās veselības uzlabošanai (piem. stresa menedžments, laika plānošana, lietotnes mentālas veselības uzlabošanai, miegam u.c.).</p> <p><b>08.-14.08.2022. “Fiziskā veselība”</b><br/>Uztura un fizisko aktivitāšu speciālists sniegs zināšanas par fizisko aktivitāšu, miega, uztura nozīmi jaunieša dzīvē sasaistē ar mentālo veselību:<br/>pilnvērtīgs uzturs,<br/>kvalitatīvs miegs,<br/>pietiekama fiziskā slodze tēmām,<br/>veselīga uztura meistarklase.</p> <p>Notiks arī praktiskas fiziskās aktivitātēs, vingrojumu un rīku apzināšana, ko var izmantot ikdienā, lai uzlabotu savu fizisko veselību.</p> | <p><b>Projekta vadītāja:</b><br/>Ilze Amerika<br/>(tāl. 29444916;<br/><a href="mailto:jsbambuss@gmail.com">jsbambuss@gmail.com</a>)</p> <p><b>Papildu informācija:</b><br/><a href="https://www.instagram.com/jsbambuss">www.instagram.com/jsbambuss</a></p> |

**Biedrības “Bērnu un jauniešu zinātnes skola Laboratorium” projekts**  
 “Zinātniskās darbnīcas “Eksperimentē pats””



| Norises vieta un laiks   | Plānoto aktivitāšu apraksts   | Kontaktinformācija  |
|--|---|---|
| <p><b>Vieta:</b><br/>Rīga, Liepājas iela 34</p> <p><b>Laiks:</b><br/>13.- 15.07.</p> | <p>Programma bērniem un jauniešiem vecumā no 6 līdz 15 gadiem.<br/>                 Nākot uz pasākumu katram dalībniekam būs iespēja apmeklēt četras pasākumu aktivitātes. Katrā aktivitātē ir aizraujošā darbnīca par konkrētu tēmu: ūdens, uguns, skaņa, elektrība. Katrā no aktivitātēm būs iespēja pašiem eksperimentēt mūsu pasākumu vadītāju uzraudzībā. Par katru eksperimentu pasākumu vadītājs pastāsta eksperimenta teorētisko pamatu un praktisko pielietojumu atbilstoši vecumam un zināšanas līmenim. Dalībniekiem ir iespēja saņemt atbildes uz viņu interesējošiem jautājumiem. Visu darbnīcu apmeklējums dalībniekam aizņem aptuveni 1,5 st.</p> <p>Interaktīvās darbnīcas:<br/>                 “Kas slēpjas mūsu ūdenī”;<br/>                 “Ugunīgā zinātne”;<br/>                 “Skaņas noslēpumi”;<br/>                 “Īssavienojums”.</p> | <p><b>Projekta vadītājs:</b><br/>                 Mārtiņš Gulbis<br/>                 (tālr. 28809300<br/> <a href="mailto:info@laboratorium.lv">info@laboratorium.lv</a>)</p> <p><b>Papildu informācija:</b><br/> <a href="http://www.laboratorium.lv">www.laboratorium.lv</a></p> |

**“Latvijas Neredzīgo biedrības” projekts  
“LNB vasara”**


| Norises vieta  | Plānoto aktivitāšu apraksts, laiks  | Kontaktinformācija  |
|--|---|---|
| <p><b>Vieta:</b><br/>Uztura meistarklase notiks SIA Onplate telpās Rīgā, Alauksta iela 21-26.<br/>Vizuālā tēla meistarklase Jauniešu telpā Juglā, Braila iela 5.<br/>Galda spēļu pēcpusdienas Jauniešu telpā Juglā, Braila ielā 5.</p> | <p>Uztura meistarklase 15.06., 13.07.<br/>Vizuālā tēla meistarklase 20.07., 03.08.<br/>Galda spēļu pēcpusdienas 04.07., 05.07., 11.07., 12.07., 18.07., 19.07., 25.07., 26.07., 01.08., 02.08., 08.08., 09.08., 15.08., 16.08., 22.08., 23.08., 29.08., 30.08.<br/>Aktivitātes latviešu valodā.</p> | <p><b>Projekta vadītājs:</b><br/>Linda Bumbiere<br/>(tālr. 29497420<br/>l.bumbiere89@gmail.com)</p> |

**Biedrības “Rīgas Mazjumpravas” projekts  
“Dzīve pie dzirnavām”**



| Norises vieta un laiks  | Plānoto aktivitāšu apraksts   | Kontaktinformācija  |
|---|---|---|
| <p><b>Vieta:</b><br/>Mazjumpravas muižas teritorija<br/>Ķengaraga promenāde</p> <p><b>Laiks:</b><br/>no jūlija vidus līdz augusta vidum - pilsētas spēles norise<br/>29. 07. un 26.08. - radošās darbnīcas<br/>27.07. un 24.08. – ekspedīcijas<br/>(provizoriskie datumi)</p> | <p>Projektu “Dzīve pie dzirnavām” plānots īstenot caur 4 dažādām kopā saistītām aktivitātēm, kas viena otru papildinās, bet iespējams izvēlēties arī sev tuvākās. Jauniešiem no 13 gadu būs iespēja piedalīties dažādās norisēs:<br/>29. jūlijs un 6. augusts plkst. 12.00-14.00 Radoši izzinošā darbnīca- kā darbojas ūdensdzirnavas, kurās katrs pats veidot nelielu dzirnavu modelīti.<br/>29. jūlijs un 6. augusts plkst. 13.00 -15.00 Radoši izzinošā darbnīca – zini vai mini ar jautājumiem, uzdevumiem un iespēju meklēt atbildes arī dabā.<br/>27. jūlijā un 4. augustā Ekspedīcija – noslēpumaino avotu meklējot<br/>Jūlija vidus- augusts Pilsētas spēle – enkurnieku amata liecības Ķengaraga promenādē</p> | <p><b>Projekta vadītājs:</b><br/>Mārtiņš Vesperis</p> <p>Kontaktpersona:<br/>Inesi Grandāni<br/>(tālr. 26143120,<br/>rigasmazjumprava@inbox.lv)</p> |

#### 4. Aktivitātes ar āra dzīves un piedzīvojumu izglītības elementiem

| Biedrības “IN-LAAT” projekts<br>“Iepazīsti. Atpazīsti. Darbojies. Paveic.”  |  |  |
|--|--|--|
| Norises vieta un laiks   | Plānoto aktivitāšu apraksts  | Kontaktinformācija   |
| <p><b>Vieta:</b><br/>Latvijas Etnogrāfiskais brīvdabas muzejs,<br/>Bonaventuras iela 10</p> <p><b>Laiks:</b><br/>12.-15.07.</p>                                | <p>4 aktivitāšu dienas pa 6h bērniem un jauniešiem vecumā no 10-14 gadiem.</p> <p>Pasākumu aktivitātes:</p> <p>Iepazīsti senatnīgo - ekskursija ar lauku ekspozīcijas izzināšanu un līdzdarbošanos spēlēs, aktivitātēs.</p> <p>Iepazīsti apkārtni - kreatīvā fotoorientēšanās, pielietojot ne tikai fizisko spēku, bet arī prātu.</p> <p>Kas mūs vieno - podnieka meistarklase, neparastās sporta aktivitātes.</p> <p>Es to paveicu - pārgājiens ar šķēršļu elementiem, noslēgums.</p> <p>Plānoto aktivitāšu mērķis - sekmēt bērnu/jauniešu fiziskās aktivitātes, veicinot mācīšanos un vērtīborientāciju kustībā, īstenojot mērķtiecīgas nodarbības - izglītojošas spēles un kreatīvu tuvējās apkārtnes iepazīšanu. Aktivitātes palīdzēs attīstīt saliedētību, spēju rēķināties un ieklausīties citu cilvēku viedokļos, vēlmēs, vajadzībās, spēju darboties komandās un izpaust savu individualitāti.</p> | <p><b>Projekta vadītājs:</b><br/>Līga Mežecka<br/>(tāl. 29959819,<br/><a href="mailto:inlaat4@gmail.com">inlaat4@gmail.com</a>)</p> <p><b>Pieteikšanās anketa:</b><br/><a href="#">“Iepazīsti. Atpazīsti. Darbojies. Paveic.”12.-15.07.2022.</a></p> |

**Biedrības “Latvijas Burāšanas mācību asociācija” projekts  
“ĀĶIS LŪPĀ 2022”**



| Norises vieta un laiks   | Plānoto aktivitāšu apraksts   | Kontaktinformācija  |
|--|---|---|
| <p><b>Vieta:</b><br/>Pulcēšanās Rīgas sporta burāšanas centrā (Matrožu ielā 7A), burāšana Daugavā un Rīgas jūras līcī, noslēgums jahtklubā Auda (Audupes ielā 15/17), pēc tam atgriešanās Rīgas sporta burāšanas centrā.</p> <p><b>Laiks:</b><br/>18.,19.,20.06.</p> | <p>Šī ir iespēja jauniešiem vecumā no 15 līdz 25 gadiem, kuri dzīvo vai mācās Rīgā un kuriem nav iepriekšējas burāšanas pieredzes vai arī tā ir neliela, apgūt burāšanas pamatus un piedzīvot neizmirstamas emocijas jūrā! Pasākumos aktīvā, praktiskā un radošā veidā iepazīsim ar jūras burāšanu kā aktīvu brīvā laika pavadīšanas iespēju, vienlaikus iepazīstot jahtas SPANIEL komandu un ieraugot savu pilsētu Rīgu no cita – ūdens – skatu punkta.</p> <p>ĀĶIS LŪPĀ 2022 pasākumos jauniešiem būs iespēja noskaidrot mītus un patiesību par burāšanu, iemācīties siet jūras mezglus un apgūt nozīmīgākos burāšanas terminus, kā arī pašiem stūrēt jahtu un darboties ar burām pieredzējušu kapteiņu un viņu palīgu pavadībā. Dienas laikā ar 5 buru jahtām iziesim Daugavā un Rīgas jūras līcī, pavesosimies divos Rīgas jahtklubos un dalīsimies burāšanas piedzīvojumu stāstos. Tāpat būs iespēja uzzināt par burāšanas iespējām Rīgā, Latvijā un Eiropā.</p> | <p><b>Projekta vadītāja:</b><br/>Sintija Lase<br/>(tāl. 22088990;<br/><a href="mailto:Sintija.lase@sta-latvia.lv">Sintija.lase@sta-latvia.lv</a>)</p> <p><b>Papildu informācija:</b><br/><a href="http://www.lbma.lv">www.lbma.lv</a></p> |

**Biedrības “KID Alumni” projekts  
“Atmoda - dzīve pēc pandēmijas”**



| Norises vieta un laiks  | Plānoto aktivitāšu apraksts  | Kontaktinformācija  |
|---|--|---|
| <p><b>Vieta:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Rīgas mežos vai parkos, jūras piekrastē</li> <li>- Rīgas ielās</li> <li>- KID ofisa telpās Gogoļu iela 10</li> <li>- Transportu un sakaru institūtā, Lomonosova iela 1</li> </ul> <p><b>Laiks:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Orientalka - jūlija vidus</li> <li>2. Zvaigžņu nakts 22. jūlijs -24. augusts (atkarībā no laika apstākļiem)</li> <li>3. Multikvartirnik - radošo cilvēku festivāls - 28. augusts (provizoriskais datums)</li> <li>4. Intelektuālo spēļu festivāls – augusts</li> </ol> | <p>Aktivitātes jauniešiem no 13 līdz 25 gadiem.</p> <p>Projekta mērķis ir izmantojot izglītojošas aktivitātes, kas balstās jauniešu neformālās izglītības pieejā un principos, piedāvāt Rīgas jauniešiem lietderīgas brīvā laika pavadīšanas iespējas, sekmējot dažādu viņu prasmju un zināšanu par apkārtējo vidi pilnveidi un pašizpausmi.</p> <p>Aktivitātes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- orientēšanas spēle Rīgā un interaktīvā darbnīca par “zāļo domāšanu” un atkritumu pareizo šķirošanu;</li> <li>- interaktīvā darbnīca ar lekciju par Latvijā redzamiem astronomiskiem objektiem;</li> <li>- ielas radošais festivāls, kurā piedalīsies jaunieši;</li> <li>- Intelektuālo spēļu festivāls skolēnu un studentu komandām ar apbalvošanu.</li> </ul> | <p><b>Kontakti:</b></p> <p>Zvaigžņu nakts – Andrejs Krukovskis (20523188, <a href="mailto:andrejs.krukovskis@gmail.com">andrejs.krukovskis@gmail.com</a>)</p> <p>Multikvartirnik – Eriks Petrovs (28344434, <a href="mailto:erikpetrov97@gmail.com">erikpetrov97@gmail.com</a>), Maiia Klein (26166569, <a href="mailto:maia.klein1810@gmail.com">maia.klein1810@gmail.com</a>)</p> <p>Orientalka – Vitālijs Gusevs (28686711, <a href="mailto:vitaly.guseff@gmail.com">vitaly.guseff@gmail.com</a>) Dmitrijs Bočarovs (tālr.29622457; <a href="mailto:bocharov@gmail.com">bocharov@gmail.com</a> )</p> <p>Intelektuālo spēļu festivāls –Dmitrijs Bočarovs (tālr.29622457; <a href="mailto:bocharov@gmail.com">bocharov@gmail.com</a> )</p> <p><b>Papildu informācija:</b><br/><a href="http://www.kid.lv">www.kid.lv</a> (no 1.07.2022.)</p> <p><b>Projekta vadītājs:</b><br/>Dmitrijs Bočarovs<br/>(29622457; <a href="mailto:bocharov@gmail.com">bocharov@gmail.com</a>)</p> |

## 5. Ar pilsētas izzināšanu saistītās aktivitātes

| Biedrības “Ars Momentum” projekts<br>“Rīga cauri gadsimtiem”  |   |   |
|---|---|---|
| Norises vieta un laiks  | Plānoto aktivitāšu apraksts   | Kontaktinformācija  |
| <p><b>Vieta:</b><br/>Rīgas vēstures un kuģniecības muzejs</p> <p><b>Laiks:</b><br/>07.07. – pamatskolēniem<br/>08.07.- vidusskolēniem</p> | <p>Aktivitātēs muzejā par kultūras attīstību Rīgā - muzikologa stāstījums par dažādiem mūzikas laikmetiem un to īpatnībām un konkurss. Programmas garums ~ 4h, iekļaujot īsas atpūtas pauzes starp tēmām:</p> <p>Pirmskristietības kultūra Rīgā (līdz 12.-13.gs. mijai)<br/>           Kristietības ienākšana Rīgas teritorijā, Rīgas dibināšana un rīdzinieku dzīve Viduslaikos (13.-16.gs.)<br/>           “Zviedru laiki” (17.-18.gs.)<br/>           Rīga kā Krievijas impērijas vārti uz Eiropu (18.-19.gs.)<br/>           Rīga Pirmās un Otrās Atmodas laikmetā (19.-20.gs.)<br/>           Rīga kā Latvijas Republikas galvaspilsēta (20.gs.)</p> | <p><b>Projekta vadītājs:</b><br/>           Ronalds Saksons,<br/>           (tālr.28265804<br/>           arsmomentum@yahoo.com)</p> <p><b>Papildu informācija:</b><br/> <a href="http://www.ars-momentum.mozello.lv">www.ars-momentum.mozello.lv</a></p> |



**Nodibinājuma “Fonds Mammām un Tētiem” projekts  
“Radošās ekskursijas sākumskolēniem “Rīgas pilsētas pētnieki””**



| Norises vieta un laiks  | Plānoto aktivitāšu apraksts   | Kontaktinformācija  |
|---|---|---|
| <p><b>Vieta:</b><br/>Mammamuntetiem.lv redakcijā Rīgā,<br/>Brīvības ielā 40-16 un citviet Rīgā</p> <p><b>Laiks:</b><br/>03.08. – 24.08.</p> | <p>Radošās ekskursijas sākumskolēniem “Rīgas pilsētas pētnieki ir dienas pasākums sākumskolas vecuma bērniem, lai atraktīvā veidā un bērnam saprotamā valodā sniegtu iespēju vairāk uzzināt par Rīgā zīmīgām celtnēm.</p> <p>Kopā notiks 4 ekskursijas bērniem no 7 līdz 10 gadu vecumam; aicināti piedalīties arī bērni no Ukrainas. Katra radošā pasākuma saturs un izpētes objekti ir atšķirīgi. Viena pasākuma ilgums - 5h plkst. 9.00-14.00.</p> <p>Katra ekskursija ir plānota trīs posmos:<br/>           1. Iepazīšanās ar dienas biedriem un pasniedzējiem, radošā darbnīca ar ēku veidošanu dažādās tehnikās un grupas iepazīstināšana ar pastaigas plānu;<br/>           2. Rīgas pilsētas izpēte vidē un ēku vēstures informācija;<br/>           3. Pārrunas neformālā gaisotnē par dienas gaitā uzzināto.</p> | <p><b>Projekta vadītāja:</b><br/>Inga Akmentiņa-Smildziņa<br/>(tālr. 26466250<br/>inga@mammam.lv)</p> <p><b>Papildu informācija:</b><br/><a href="http://www.mammamuntetiem.lv">www.mammamuntetiem.lv</a></p> |

**6. Aktivitātes, kas pozitīvi ietekmē sociālo un fizisko vidi vietējā apkaimē**

**Biedrības “Young Folks LV” projekts  
“Rīgas Pusaudžu klubs”**



| Norises vieta un laiks  | Plānoto aktivitāšu apraksts  | Kontaktinformācija  |
|---|--|---|
| <p><b>Vieta:</b><br/>Pļavniekos, Centrā, Imantā,<br/>Zepniekkalnā, Mežciemā, Purvciemā</p> <p><b>Laiks:</b><br/>09.07.,23.07.,30.07.,13.08.,20.08.,27.08.</p> | <p>Lietderīgas aktivitātes pusaudžiem (12-16 gadi) vasaras brīvlaikā ar mērķi uzlabot komunikācijas prasmes, “soft skills”, socializēties, izzināt labāk savu rajonu, kā arī iepazīties ar kaimiņu vienaudžiem, lai sadraudzētos un turpinātu komunikāciju arī pēc projekta.</p> <p>Sportiskas, attīstošas, intelektuālas un pētnieciskas aktivitātes. Tāpat būs arī aktivitātes par komunikāciju, citam cita izzināšanu, draudzību un atbalstu.</p> | <p><b>Projekta vadītājs:</b><br/>Aleksandrs Morozovs (tālr.<br/>+371 26 112 624<br/>info@youngfolks.lv)</p> <p><b>Papildu informācija:</b><br/><a href="http://www.youngfolks.lv">www.youngfolks.lv</a></p> |

**Biedrības “IN-LAAT” projekts  
“Kopā varam”**



| Norises vieta un laiks  | Plānoto aktivitāšu apraksts   | Kontaktinformācija   |
|---|---|--|
| <p><b>Vieta:</b><br/>Rīgas Nacionālais zooloģiskais dārzs, Meža prospekts 1</p> <p><b>Laiks:</b><br/>19.07.</p> | <p>Pasākumu aktivitātes bērniem/jauniešiem no 10 līdz 14 gadiem:<br/>Iepazīšanās ar Zoodārza darbiniekiem un pienākumiem, Zoodārza iemītniekiem – ekskursija ar līdzdarbošanos. Izzinoša lekcija par dzīvnieku dzīvi.<br/>Brīvprātīgais darbs Zoodārza teritorijā vides sakopšanai.<br/>Mežaparka iepazīšana un izbrauciens ar kuģīti pa Ķīšezeru, noslēgums.</p> <p>Mērķis - veicināt bērnu/jauniešu līdzatbildību par vidi, dabu, dzīvām būtnēm un ekosistēmu kopumā, attīstot prasmes rūpēties par kādu, uzņemties atbildību un apzināties, ka brīvprātīgais darbs ir arī mūsu dzīves neatņemama sastāvdaļa.</p> | <p><b>Projekta vadītājs:</b><br/>Līga Mežecka<br/>(tāl. 29959819,<br/><a href="mailto:inlaat4@gmail.com">inlaat4@gmail.com</a>)</p> <p><b>Pieteikšanās aizpildot anketu:</b><br/><a href="#">“Kopā varam”19.07.2022.</a></p> |